

# Caminata por una comunidad saludable.

Category: Comunidad Saludable

22 de enero de 2026



## IDENTIFICACIÓN

Comunidad: **Saludable**

Título del proyecto: **Caminata por una comunidad saludable.**

Institución: **E.E.S. ORIENTADA NRO 269 «PROFESOR LUIS RAVERA»**

CUE: **8202125**

Nivel/Modalidad: **Secundario/Común**

Localidad: **VILLA MUGUETA**

Región/Zona: **Región 6**

---

## INDAGACIÓN

### Tema /Subtemas:

Entornos saludables

Actividad física y bienestar

Alimentación saludable

Salud emocional y convivencia

Comunidad y participación social

### Pregunta impulsora:

¿Cómo podemos promover hábitos saludables en nuestra comunidad para mejorar la calidad de vida?

### Contexto:

En la actualidad, se observa un aumento del sedentarismo, del consumo de alimentos ultraprocesados y de hábitos poco saludables que impactan negativamente en la salud física, emocional y social de niños, adolescentes y adultos. La escuela, como espacio privilegiado de formación integral, tiene un rol clave en la promoción de estilos de vida saludables que trasciendan el aula y se proyecten hacia la comunidad.

Este proyecto surge de la necesidad de concientizar a los estudiantes sobre la importancia de la actividad física regular, una alimentación equilibrada y el cuidado de la salud emocional, promoviendo experiencias significativas que puedan ser replicadas en sus hogares y en la comunidad de Villa Mugueta. A través de una propuesta participativa y comunitaria —la caminata saludable— se busca fortalecer el sentido de pertenencia, la convivencia armónica y el compromiso social, consolidando a la institución como una Comunidad de Aprendizaje Saludable.

### **Objetivo general del proyecto:**

Promover el bienestar integral de la comunidad educativa mediante el fortalecimiento de actitudes favorables a la salud física y emocional, fomentando hábitos alimenticios saludables y equilibrados.

---

## **DISEÑO PEDAGÓGICO**

### **Objetivos de Capacidades y de Aprendizajes que se desarrollarán con el proyecto:**

Concientizar a los estudiantes acerca del impacto que tiene la actividad física en el organismo, promoviendo su incorporación como parte de una vida saludable.

Fomentar hábitos alimenticios saludables mediante actividades educativas que motiven elecciones responsables y equilibradas de alimentos, incluyendo a futuro la organización de la venta de alimentos saludables en el kiosco escolar (como frutas, cereales y otras opciones nutritivas).

Desarrollar competencias emocionales que fortalezcan el bienestar personal y favorezcan la autorregulación y el autocuidado.

Impulsar prácticas de consumo responsable que permitan reflexionar sobre la relación entre alimentación, salud y medio ambiente.

Favorecer la convivencia armónica mediante dinámicas colaborativas que fortalezcan el respeto, la comunicación y el sentido de comunidad.

Promover la participación activa de la comunidad educativa en acciones que integren salud física, emocional y social dentro de la Comunidad de Aprendizaje Saludable.

## **ÁREAS Y CONTENIDOS**

Ciencias Naturales, Biología y Química. Educación Física. Lengua y literatura. Matemática. Formación Ética y Ciudadana.

## Contenidos curriculares:

Nutrientes, alimentación equilibrada, beneficios del ejercicio. Tipos de actividad física, calentamiento, cuidado del cuerpo. Elaboración de mensajes y eslóganes saludables. Cálculo de distancias y tiempos de la caminata. Trabajo comunitario, responsabilidad social. Derecho a la salud física y psicológica.

## Producto final esperable:

**Caminata comunitaria saludable**, organizada y protagonizada por los estudiantes, que recorra espacios significativos de la localidad (plazas, espacios verdes, instituciones), integrando:

- Estaciones saludables con mensajes educativos.
- Entrega de folletos y cartelería informativa elaborada por los alumnos.
- Intervenciones artísticas, lúdicas o expresivas (canciones, dramatizaciones, consignas participativas).
- Difusión del evento y sus aprendizajes a través de redes sociales institucionales y medios locales.

---

## PLANIFICACIÓN

### Duración del proyecto:

2026, 2027

### Acciones a llevar a cabo:

Actividades:

Etapas de sensibilización e investigación

- Charlas con profesionales de la salud o referentes del SAMCo local.
- Encuestas sobre hábitos alimentarios y de actividad física en la comunidad.
- Análisis de las Guías Alimentarias para la Población Argentina.

Etapas de diseño

- Investigación de espacios comunitarios para el recorrido.
- Elaboración de afiches, folletos y lemas (ej.: "Villa Mugueta se mueve por la salud").
- Diseño de dinámicas participativas para la caminata.

Etapas de implementación

- Organización logística con autoridades escolares, comunales y familias.
- Realización de la caminata saludable comunitaria:
  - Desayuno saludable compartido.
  - Actividades lúdicas y educativas durante el recorrido.
  - Registro audiovisual del evento.

## **RECURSOS**

### **Necesarios para llevar adelante el proyecto:**

INTERNET

KIT ARTISTICO

IMPRESORA

KIT DEPORTIVO

NETBOOK

### **Organizaciones aliadas:**

Jardín Maternal «La Ronda»

Jardín de Infantes N° 177.

Escuela Primaria N° 236.

SAMCo.

Comuna de Villa Mugueta.

Club Deportivo «Eduardo Hertz»

---

## **FORMACIONES ESPECÍFICAS REQUERIDAS:**

Alfabetización digital, Alimentación y cocina saludable

Estrategias de Comunicación, Estrategias lúdicas, Higiene y salud, Procesos productivos y comercialización de alimentos, Salud mental, Uso de Inteligencia Artificial

---

## **EVALUACIÓN**

### **Criterios e instrumentos de evaluación:**

#### **Criterios de evaluación**

Participación activa y compromiso.

Trabajo colaborativo y responsabilidad.

Capacidad de investigación y reflexión crítica.

Creatividad y claridad en los mensajes.

Impacto y participación comunitaria.

#### **Instrumentos de evaluación**

Observación directa y registros docentes.

Rúbricas de trabajo en equipo y producción.  
Autoevaluación y coevaluación de los estudiantes.  
Encuestas de devolución a la comunidad participante.

---

## **SOCIALIZACIÓN**

### **Del proyecto:**

- Presentación del proyecto a otras escuelas o a la comunidad.
- Exposición en la escuela con materiales elaborados, videos o mural resumen.

### **De los resultados:**

Publicación de los resultados en redes escolares o medios locales.

---

### **Integrantes del proyecto:**

Acuña Paola. Docente.  
Agudo Débora. Facilitadora de la Convivencia.  
Aguirre, Marilina. Vicedirectora y Docente.  
Bordignon, Gabriela.  
Chiessa, Ana María. Secretaria.  
Cianchetta, Julia. Docente.  
Dezotti, Romina.  
Goncharenko, Andrea. Asistente escolar.  
González, Marina. Docente.  
Martino, M. Alejandra. Docente.  
Menichelli, Romina. Docente.  
Mozzi, Elisabet. Facilitadora de la Convivencia y Docente.  
Nucci, Daniela. Docente  
Pérez, Lucía. Docente.  
Ramallo Milagros. Docente.  
Taboloni, María Florencia. Docente.  
Vernaci, Emiliano. Docente.  
Villamayor Tamara. Preceptora.

### **Cantidad estimada de participantes:**

Docentes y directivos: 22

Estudiantes: 77

Apellido y Nombre del Referente de contacto: Aguirre, Marilina

Email del referente: marilina-aguirre@hotmail.com